

Inhalt

1. Wenn Paare streiten	7
Was ist ein Paarkonflikt?	8
Die Phasen eines Konflikts	11
Worüber streiten Paare?	16
Streiten zufriedene Paare anders?	17
Streiten Frauen anders als Männer?	22
Ist Streiten nicht schädlich?	23
2. Verschiedene Konfliktstile	26
Vermeidender Konfliktstil	26
Schwelender Konfliktstil	36
Passiv-aggressiver Konfliktstil	39
Verbal-aggressiver Konfliktstil	45
Gewaltsamer Konfliktstil	76
Konstruktiver Konfliktstil	83
3. Folgen von Konflikten für Paare	97
4. Folgen von Konflikten für Kinder	100
Konflikte vergiften die Umgebung	100
Kinder sind wie Seismographen	102
So geht's doch auch	102
So lieber nicht	107
Reaktionen der Kinder auf elterliche Konflikte	110
Die Dosis ist das Gift	121
Folgen der verschiedenen Konfliktstile für Kinder	128
5. Konfliktstile verändern	141
Konstruktiv werden	141
Veränderung des vermeidenden Konfliktstils	158
Veränderung des schwelenden Konfliktstils	164

Veränderung des passiv-aggressiven Konfliktstils.....	166
Veränderung des verbal-aggressiven Konfliktstils.....	170
Veränderung des gewaltsamen Konfliktstils	175
Nachkonfliktgespräch.....	177
Schluss: Worauf es ankommt	182
Anhang	185
Anmerkungen.....	185
Literatur.....	188